

# RECETTE

## Rouget grondin parfumé à la myrte, betteraves cuites au sel, émulsion de pois chiches torrifiés, sauce marchand de vin

Une recette de Jean-Luc Gabion et Julien Tosello



Pour 4 personnes

- Sel, poivre
- 1.2 kg de rougets grondins
- 2 gr de poivre noir concassé
- 0.6 l de vin rouge
- 50 gr d'échalote
- 50 gr de poireau
- 1 feuille de laurier
- 2 brins de thym et romarin
- 4 gousses d'ail
- 1 cuillère à café de vinaigre de vin

### Ingrédients :

- 2 bottes de mini betteraves rouges
- 1 botte de betteraves Chioggia
- 1 kg de gros sel
- Quelques pousses de betteraves et fleurs de saison
- Huile d'olive maturée  
(« Le cabanon » AOP Provence Vins sur Caramy)
- 150 gr de pois chiches crus
- 100 gr de beurre noisette
- 100 gr de crème liquide



### Déroulé de la recette :

Lever les rougets en filets et les désarêter. Enlever les ouilles et les yeux des têtes et les mettre à dégorger dans de l'eau glacée. Débarrasser sur un papier.

Dans une cocotte, faire colorer les têtes et les arrêtes, ajouter le poivre puis la garniture échalote, poireau, ail, laurier, thym et romarin. Faire suer quelques minutes et déglacer avec le vin rouge.

Faire cuire 45 min et passer le jus au chinois étamine. Faire réduire la sauce à la consistance voulue et finir avec quelques gouttes de vinaigre avant de servir.

Cuire les betteraves au four à 180° sur un lit de sel pendant 40 min. Éplucher les betteraves à la sortie du four.

Faire torrifier les pois chiches 30/45 min au four à 180° pour obtenir une belle coloration brune.

Cuire les pois chiches à l'eau jusqu'à qu'ils deviennent fondants. Passer au Thermomix pour obtenir une purée lisse, ajouter le beurre noisette, la crème et passer au chinois étamine.

Mettre l'appareil dans un siphon avec 2 cartouches de gaz et maintenir à une température de 45°/50°C.

Cuire les filets dans une poêle avec de l'huile d'olive et une branche de myrte. Pendant ce temps, réchauffer les betteraves au four.

Dresser en assiette creuse, déposer un filet de poisson, des morceaux de betterave et finir le dressage avec le siphon de pois chiche, les fleurs, les herbes, la sauce marchand de vin et l'huile d'olive maturée.

**Jean-Luc GABION**

Chef au Vista à l'hôtel Lily of the Valley  
à La Croix-Valmer



**Julien TOSELLO**

Chef au restaurant Le Jardin à Brignoles

Deux copains qui se sont rencontrés dans les cuisines de Ducasse se retrouvent sur la scène ! Chef attaché à la mise en valeur des terroirs méditerranéens, Jean-Luc Gabion partage à travers sa cuisine l'histoire de ses producteurs. Sa cuisine est une véritable échappée belle entre terre et mer. Julien Tosello, enfant de Brignoles est revenu s'installer au pays pour ouvrir sa propre adresse, Le Jardin. Il compose une cuisine bistrannique colorée où le produit de saison est roi et le savoir-faire sûr.